

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEN POST ORIF DENGAN NYERI DI RUANG RAWAT INAP

Nurhafizah, Dendy Kharisna, Angga Arfina, Tison

Program Studi Profesi Ners Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

nurhafizah9876@gmail.com, dendykharisna@gmail.com, anggaarfina05@gmail.com,

bijak.tssp@gmail.com

ABSTRAK

Fraktur yang memerlukan tindakan Open Reduction and Internal Fixation (ORIF) sering menimbulkan nyeri akut pascaoperasi, yang jika tidak tertangani dapat memperlambat pemulihan dan menurunkan kualitas hidup pasien. Penelitian ini bertujuan menerapkan terapi relaksasi autogenik untuk mengurangi nyeri akut pada pasien post ORIF di Ruang Rawat Inap Gardenia RSUD Arifin Ahmad Pekanbaru. Pendekatan studi kasus berbasis Evidence-Based Practice digunakan pada dua pasien dengan masalah keperawatan nyeri akut. Intervensi berupa terapi relaksasi autogenik dilakukan selama 3 hari berturut-turut, sekali sehari selama 10-15 menit, dengan pengukuran skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah terapi. Hasil menunjukkan penurunan skala nyeri pada pasien pertama dari 6 menjadi 4, dan pada pasien kedua dari 5 menjadi 3 setelah tiga hari penerapan. Temuan ini menegaskan bahwa terapi relaksasi autogenik efektif sebagai metode nonfarmakologis untuk manajemen nyeri akut post ORIF, memberikan kontribusi pada praktik keperawatan mandiri dalam pengendalian nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien.

Kata kunci: Post ORIF, Relaksasi Autogenik, Nyeri Akut

ABSTRACT

Fractures requiring Open Reduction and Internal Fixation (ORIF) often result in acute postoperative pain, which, if unmanaged, can delay recovery and reduce patient quality of life. This study aimed to apply autogenic relaxation therapy to reduce acute pain in post-ORIF patients in the Gardenia Inpatient Room of Arifin Ahmad Hospital, Pekanbaru. A case study approach based on Evidence-Based Practice was applied to two patients with acute pain nursing problems. The intervention involved autogenic relaxation therapy administered over three consecutive days, once daily for 10-15 minutes, with pain intensity measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after therapy. Results showed a reduction in pain scores for the first patient from 6 to 4 and for the second patient from 5 to 3 after three days of application. These findings demonstrate that autogenic relaxation therapy is an effective non-pharmacological method for managing acute pain post-ORIF, contributing to autonomous nursing practices in pain control and improving patient comfort.

Article history

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism checker no 234

Doi : prefix doi :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Latar Belakang

Fraktur adalah terputusnya kontinuitas jaringan tulang akibat trauma, tekanan berlebihan, atau kondisi patologis tertentu seperti osteoporosis atau tumor tulang (Kholishah et al., 2024). Fraktur dapat bersifat sederhana atau kompleks, terbuka atau tertutup. Menurut World Health Organization (2022), prevalensi fraktur secara global mencapai 440 juta orang, menunjukkan masalah kesehatan yang signifikan di berbagai negara. Di Indonesia, data Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2020 menunjukkan sekitar 8 juta kasus fraktur dengan variasi jenis dan penyebab, mulai dari kecelakaan lalu lintas hingga cedera kerja (Zefrianto et al., 2024).

Penanganan fraktur sering melibatkan prosedur pembedahan seperti Open Reduction and Internal Fixation (ORIF). Prosedur ini bertujuan mengembalikan posisi fragmen tulang yang patah, menstabilkannya dengan alat internal seperti paku, kawat, atau plat, hingga tulang dapat menyatu secara optimal (Fakhrul, 2021). Namun, operasi ORIF memiliki konsekuensi berupa trauma jaringan, peradangan, dan nyeri pasca operasi yang akut. Nyeri ini tidak hanya berasal dari insisi dan manipulasi jaringan, tetapi juga dari proses inflamasi yang merangsang pelepasan mediator kimia seperti prostaglandin dan substansi P yang menstimulasi nociceptor perifer (Panjaitan et al., 2023).

Nyeri akut pasca operasi yang tidak tertangani dengan baik dapat berdampak serius pada pasien. Hal ini dapat memperlambat penyembuhan luka, menunda ambulasi dini, meningkatkan risiko komplikasi seperti trombosis vena dalam, atelektasis paru, serta menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan (Zefrianto et al., 2024). Selain itu, nyeri menimbulkan respon fisiologis berupa takikardia, hipertensi, hiperglikemia, serta meningkatkan sekresi hormon stres seperti kortisol dan katekolamin (Budi Vitri Rokhima et al., 2022). Oleh karena itu, manajemen nyeri pasca operasi menjadi aspek penting dalam asuhan keperawatan.

Pendekatan manajemen nyeri dalam keperawatan meliputi metode farmakologis maupun nonfarmakologis. Teknik nonfarmakologis memiliki keunggulan karena relatif aman, murah, dan bebas efek samping obat. Salah satu teknik yang telah banyak diteliti adalah terapi relaksasi autogenik. Teknik ini melibatkan pengulangan kata-kata atau gambaran mental yang menenangkan untuk menimbulkan relaksasi mendalam, menurunkan aktivitas saraf simpatis, serta meningkatkan aktivitas parasimpatis yang memicu pelepasan endorfin (Santika, 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan efektivitas relaksasi autogenik dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi. Panjaitan et al. (2023) melaporkan bahwa latihan relaksasi autogenik secara signifikan menurunkan intensitas nyeri pada pasien fraktur pasca operasi dengan p-value <0,05. Ernawati et al. (2021) menemukan penurunan skala nyeri yang signifikan pada pasien post ORIF setelah penerapan terapi relaksasi autogenik selama 3 hari. Temuan serupa juga diungkapkan oleh Wibowo (2020) dan Alvito et al. (2025), yang mendukung relaksasi autogenik sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menerapkan terapi relaksasi autogenik pada pasien post ORIF dengan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Gardenia RSUD Arifin Ahmad Pekanbaru. Diharapkan hasil penerapan ini dapat menjadi bukti praktik keperawatan berbasis evidence-based practice (EBP) yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas asuhan keperawatan, memfasilitasi pemulihan pasien lebih cepat, dan mengurangi ketergantungan pada terapi farmakologis.

Metode Pelaksanaan

Penerapan dilakukan menggunakan pendekatan *Evidence-Based Practice Nursing* (EBN) dengan desain studi kasus pada dua pasien post operasi ORIF dengan masalah keperawatan nyeri akut. Proses pelaksanaan mengikuti langkah asuhan keperawatan, yaitu pengkajian,

diagnosa, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Intervensi berupa **terapi** relaksasi autogenik diberikan selama 3 hari berturut-turut, satu kali sehari, dengan durasi 10 menit persesi. Terapi dilakukan 4 jam sebelum pemberian analgesik, dengan kriteria pasien post operasi ORIF 24 jam dan mengalami nyeri akut pada luka operasi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan alat ukur Numeric Rating Scale (NRS) untuk menilai intensitas nyeri sebelum dan 10 menit setelah intervensi. Indikator keberhasilan adalah penurunan skala nyeri dan perbaikan gejala lain sesuai Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), seperti berkurangnya meringis, gelisah, dan kesulitan tidur. Analisis data menggunakan metode deskriptif komparatif untuk membandingkan skor nyeri pre-test dan post-test pada masing-masing pasien.

Hasil Penelitian

Pengkajian

Pengkajian merupakan tahap awal dalam proses keperawatan yang dilakukan oleh perawat untuk menggali permasalahan pada klien agar dapat terkumpulnya suatu data secara sistematis baik dari aspek psikologis, sosial, maupun spiritual lalu kemudian dianalisis dan diinterpretasikan (serinadi, 2024).

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan kepada pasien I pada tanggal 13 februari 2025, saat pengkajian pasien mengatakan nyeri pada kaki sebelah kiri, nyeri pada luka post operasi nyeri terasa seperti tertusuk tusuk, skala nyeri 6, luka post op tampak basah dan sedikit merembes, luka terbalut elastis verban, tampak kemerahan pada area sekitar luka, terdapat luka lecet pada sekitar luka, pasien selalu gelisah sesekali meringis, nyeri terasa hilang timbul tetapi sering. Terdapat kesamaan konsep yang dipaparkan dengan kondisi pasien bahwa pasien post operasi orif mengalami keluhan nyeri.

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada pasien II pada tanggal 13 februari 2025. Saat pengkajian, pasien mengeluh nyeri pada kaki sebelah kiri pada luka post operasi orif, tampak luka terbalut verban elastis, nyeri terasa seperti tertusuk-tusuk, skala nyeri 5, nyeri menjalar hingga kaki, nyeri datang hilang timbul dengan durasi yang tidak bisa ditentukan. Pasien tampak gelisah dan meringis, tampak kemerahan dan membengkak pada area sekitar luka, pasien mengatakan sulit melakukan pergerakan pada ekstermitas akibat post op orif fraktur tibia.

Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan adalah penilaian klinik tentang respon individu, keluarga, atau komunitas terhadap masalah kesehatan atau proses kehidupan yang aktual atau potensial. Penegakan diagnosa yang dilakukan adalah dengan menggunakan SDKI (Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia). SDKI merupakan bagian penting dalam menentukan pengobatan yang tepat untuk membantu klien mencapai kesehatan yang optimal (Wahyuliati et al.,2024). Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan kepada klien dan data yang didapatkan, maka didapat ditegakkan masalah keperawatan pada pasien I dan II didapatkan nyeri akut b.d agen pencedera fisik, Gangguan mobilitas fisik b.d kerusakan intgeritas struktur tulang, dan resiko infeksi d.d prosedur invasive (prosedur bedah).

Intervensi

Setelah penegakan diagnosa keperawatan, tahap selanjutnya yang dilakukan dalam proses keperawatan adalah melakukan perencanaan tindakan keperawatan atau bisa yang disebut intervensi keperawatan. Intervensi keperawatan adalah suatu perencanaan keperawatan pada pasien dengan diagnosa keperawatan untuk mengatasi masalah atau memenuhi kebutuhan pasien dengan cara merumuskan tujuan, rencana tindakan dan kriteria hasil atau kemajuan pada pasien (polopadang, 2019).

Pada pasien kelolaan pertama dan kedua, intervensi yang disusun berfokus pada diagnosa pertama yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik. Intervensi yang dipilih berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) berupa manajemen nyeri. Pelaksanaan *Evidence Based Practice Nursing* (EBN) yang berfokus dilakukan adalah dengan penerapan terapi relaksasi autogenik. Pasien kelolaan pertama dan kedua akan direncanakan tindakan terapi relaksasi dengan memberikan informasi tentang terapi relaksasi autogenik dan tujuan terapi untuk mengatasi nyeri. Kemudian melakukan pemeriksaan skala nyeri, frekuensi tekanan darah, frekuensi nadi, frekuensi pernapasan, pola tidur, meringis, memosisikan pasien senyaman mungkin, dan ciptakan lingkungan yang nyaman. Kemudian mengajarkan terapi relaksasi autogenik untuk menurunkan rasa nyeri disertai lembar *Standar Operational Procedure* (SOP) sebagai informasi tertulis tentang persiapan dan tata cara untuk melakukan terapi relaksasi autogenik.

Teknik relaksasi autogenik dapat membawa pikiran kedalam kondisi mental yang optimal sehingga dapat mengendalikan pernapasan, tekanan darah, denyut jantung, serta suhu tubuh. Perubahan-perubahan yang terjadi selama maupun setelah relaksasi mempengaruhi kerja saraf otonom. Ketegangan otot tubuh yang menurun melancarkan peredaran darah serta dapat mendistaksi nyeri yang dirasakan (Santika, 2021)

Implementasi

Implementasi keperawatan adalah tahap keempat dari proses asuhan keperawatan yang dilaksanakan sebagai rencana tindak lanjut dari intervensi atau perencanaan yang telah dibuat oleh perawat guna membantu pasien dalam mencapai tujuannya (polopadang, 2019). Implementasi yang dilakukan pada pasien kasus kelolaan sesuai dengan diagnosa keperawatan yang diangkat. Tindakan pemberian terapi relaksasi autogenik yang dilakukan selama 3 hari dengan menerapkan 1 kali/hari yang dilakukan selama 10-15 menit kepada 2 pasien yaitu pasien I dan pasien II pada hari kamis 13 february sampai sabtu 15 february 2025, 24 jam setelah operasi orif.

Pengendalian nyeri non farmakologi menjadi salah satu cara untuk mengurangi rasa nyeri dengan mudah, efektif dan tanpa efek yang merugikan. Salah satu metode untuk mengatasi nyeri secara non-farmakologi secara mandiri adalah terapi relaksasi autogenik (Yulis,2023).

Relaksasi autogenik dapat menurunkan tingkat nyeri dengan mekanisme merangsang aktivitas modulasi refleksi sistem saraf simpatis dan frekuensi dapat memengaruhi tahanan perifer yang menjadikan tubuh rileks. Perasaan rileks akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan *Corticotropin Releasing Factor* (CRF), selanjutnya CRF merangsang kelenjar *pituitary* untuk meningkatkan produksi *Proopiomelanocortin* (POMC) sehingga produksi *enkephalin* oleh medulla adrenal meningkat (Azizah et al., 2023).

Evaluasi

Evaluasi keperawatan adalah kegiatan yang dilakukan secara terus menerus untuk menilai dan membandingkan perubahan keadaan pasien berdasarkan rencana keperawatan yang telah dibuat apakah berhasil mencapai tujuan dan kriteria atau tidak (polopadang, 2019).

Tabel.1 Evaluasi Keperawatan

| Inisial Pasien | Intervensi | Hasil evaluasi |
|-----------------------|--|--|
| Pasien I | Penerapan terapi relaksasi autogenik untuk mengatasi nyeri pada pasien post orif | Setelah dilakukan terapi relaksasi autogenik selama 3 hari dengan menerapkan 1 kali/hari selama 10-15 menit, didapatkan hasil skala nyeri menurun 4 (nyeri sedang), sesekali |

| | | |
|-----------|--|--|
| | | tampak meringis, Td 117/83 mmHg, frekuensi nadi 100x/menit, frekuensi nafas 18 kali/menit, pola tidur teratur |
| Pasien II | Penerapan terapi relaksasi autogenik untuk mengatasi nyeri pada pasien post orif | Setelah dilakukan terapi relaksasi autogenik selama 3 hari dengan menerapkan 1 kali/hari selama 10-15 menit, didapatkan hasil skala nyeri menurun 3 (nyeri sedang), pasien tidak tampak meringis, Td 110/87 mmHg, frekuensi nadi 87x/menit, frekuensi nafas 19 kali/menit, pola tidur teratur. |

Berdasarkan hasil implementasi yang dilakukan pada 2 pasien kelolaan didapatkan hasil pada pasien I yaitu setelah dilakukannya tindakan keperawatan didapatkan hasil bahwa adanya penurunan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi autogenik yang diukur menggunakan skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang) pada hari pertama sebelum dilakukan terapi relaksasi autogenik dan setelah dilakukan terapi relaksasi autogenik selama 3 hari skala nyeri turun menjadi 4 (nyeri sedang). Sedangkan pada pasien II yaitu pada hari pertama sebelum dilakukan terapi relaksasi autogenik skala nyeri 5 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan terapi relaksasi autogenik selama 3 hari skala nyeri turun menjadi 3 (nyeri ringan).

Hasil evaluasi keperawatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Panjaitan et al., 2023). didapatkan hasil Distribusi frekuensi dan presentase pasien pascaoperasi fraktur terhadap intensitas nyeri pada kelompok intervensi sebelum diberikan latihan relaksasi autogenik rata-rata intensitas nyeri yaitu 5,46 (SD=1,022 sedangkan pada kelompok kontrol nilai rata-rata intensitas nyeri sebelum diberikan intervensi standar rumah sakit adalah 5,38 (SD=0,877). Rata-rata intensitas nyeri pasien pascaoperasi fraktur pada kelompok intervensi setelah diberikan latihan relaksasi autogenik 2,53 (SD=0,505) sedangkan untuk kelompok kontrol nilai rata-rata intensitas nyeri setelah intervensi standar rumah sakit yaitu 4,46 (SD=0,600). Berdasarkan hasil analisa bivariat menggunakan uji statistik Wilcoxon signed rank test pada Tabel 3 diperoleh nilai signifikansi p value pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah dilakukan latihan relaksasi autogenik terhadap intensitas nyeri pada pasien pascaoperasi fraktur sebesar sebesar p value = 0,000 ($p < 0,05$).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Oktavia et al., 2022) menyatakan bahwa penelitian tentang penggunaan terapi relaksasi autogenik untuk meredakan nyeri pada pasien post op ORIF fraktur femur tertutup di RSUD Gambiran Kota Kediri selama 3 hari diperoleh data pada kedua subyek bahwa ditemukan adanya masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik pasca operasi. setelah dilakukan operasi ORIF fraktur femur maka akan terjadi nyeri pada bagian bekas operasi. Pada subyek 1 ditemukan keluhan nyeri pada paha kiri, mual, pasien tampak meringis dan gelisah akibat nyeri, pola tidur terganggu, pola makan pasien mengalami penurunan. Setelah dilakukan tindakan terapi relaksasi autogenik selama 3 hari didapatkan hasil keluhan nyeri pada subyek 1 menurun dengan skala nyeri sebelumnya 6 menjadi 1, pasien tampak meringis dan gelisah juga mengalami penurunan, mual menghilang, pola tidur pasien membaik, pola makan pasien membaik. Pada subyek 2 di temukan keluhan nyeri pada paha sebelah kanan, pasien tampak meringis dan gelisah, polatidur pasien sedikit terganggu dan pola tidur pasien juga terganggu. Setelah dilakukan tindakan terapi relaksasi autogenik selama 3 hari didapatkan hasil keluhan nyeri pada subyek 2 menurun dengan skala nyeri sebelumnya 4 menjadi 1, pasien tampak meringis dan gelisah juga mengalami penurunan, pola tidur pasien membaik, pola makan pasien membaik.

kesimpulan

Penerapan terapi relaksasi autogenik pada pasien post operasi ORIF dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Gardenia RSUD Arifin Ahmad Pekanbaru terbukti efektif membantu menurunkan intensitas nyeri. Selama tiga hari intervensi, kedua pasien menunjukkan penurunan skala nyeri yang bermakna sesuai pengukuran Numeric Rating Scale (NRS). Teknik relaksasi autogenik menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis yang aman, sederhana, dan dapat mendukung kontrol nyeri serta meningkatkan kenyamanan pasien. Temuan ini memperkuat bukti praktik keperawatan berbasis evidence untuk manajemen nyeri akut post operasi ORIF.

Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian dengan jumlah sampel lebih besar dan rancangan penelitian lebih kuat (misal quasi-eksperimen) untuk memvalidasi efektivitas terapi relaksasi autogenik pada populasi lebih luas.

2. Bagi Perawat

Disarankan untuk menerapkan terapi relaksasi autogenik sebagai salah satu intervensi keperawatan mandiri untuk manajemen nyeri akut pada pasien post ORIF.

3. Bagi Mahasiswa

Pengalaman dan hasil penerapan dapat dijadikan referensi serta mahasiswa dapat mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan melakukan terapi relaksasi autogenik dalam mengatasi masalah nyeri akut

DAFTAR PUSTAKA

- Budi Vitri Rokhima, S., Sari, Y., Rokhima, V., Diii Keperawatan, P., & Tinggi Ilmu Kesehatan Flora, S. (2022). *Hubungan Intensitas Nyeri Dengan Strategi Manajemen Nyeri Pada Pasien Fraktur Post Operasi Orif Di Rsu Hubungan Intensitas Nyeri Dengan Strategi Manajemen Nyeri Pada Pasien Fraktur Post Operasi Orif Di Rsu Setia Budi* (Vol. 1, Issue 1).
- Constantina. (2021). *Kombinasi Edukasi Nyeri Dan Meditasi Dzikir Meningkatkan Adaptasi Nyeri Pasien Pasca Operasi Fraktur*.
- Ernawati, R., Prodi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kaltim, D., Wolter Monginsidi No, J., Kalimantan Timur, S., Pos, K., Prodi, D. D., Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kaltim, J., Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, K., & Irhjuanda Samarinda, J. (2021). Penerapan Relaksasi Autogenik Dan Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pasien Fraktur. In *Husada Mahakam : Jurnal Kesehatan* (Vol. 11, Issue 1).Kholishah, K. K., Ardiani, D., Kusuma, U., & Surakarta, H. (2024). *Prodi Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta 2024 Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Dalam Menurunkan Kecemasan Pada*.
- Maila. (2023). *Penerapan Elevasi Kaki 20 Derajat Pada Pasien Multiple Fraktur Ekstremitas Bawah Post-Orif Terhadap Peningkatan Perfusi Perifer* Panjaitan, J., Tanjung, D., & Sumaiyah, S. (2023). Efektivitas Latihan Relaksasi Autogenik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pascaoperasi Fraktur. *Journal Of Telenursing (Joting)*, 5(2), 2863-2872. <https://doi.org/10.31539/Joting.V5i2.7724>
- Oktavia, E. V., Mudzakkir, M., Tri, E., Keperawatan, W. P., Nusantara, U., & Kediri, P. (N.D.).

Penggunaan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Meredakan Nyeri Pada Pasien Post Op Orif (Open Reduction Internal Fixation) Fraktur Femur Tertutup Di Rumah Sakit Gambiran Kota Kediri. *Seminar Nasional Sains, 2022.*

- Panjaitan, J., Tanjung, D., & Sumaiyah, S. (2023). Efektivitas Latihan Relaksasi Autogenik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pascaoperasi Fraktur. *Journal Of Telenursing (Joting)*, 5(2), 2863-2872. <https://doi.org/10.31539/Joting.V5i2.7724>
- Polopadang, V. , & Hidayah, N. (2019). Proses Keperawatan Pendekatan Teori Dan Praktik . *Yayasan Pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas.*
- Restu. (2021). *Asuhan Keperawatan Pemberian Terapi Autogenik Pada Pasien St Elevasi Miocard Infark (Stemi) Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Iccu Rsud Prof Margono Soekarjo Puwokerto .*
- Santika. (2021). *Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Dengan Terapi Relaksasi Autogenik.*
- Saputra, S., Anwar Huda, S., & Medika Suherman Jalan Raya Industri Pasir Gombang, U. (2023). Penurunan Nyeri Kepala Melalui Teknik Relaksasi Autogenic Pada Penderita Hipertensi. In *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* (Vol. 14, Issue 1).
- Serinadi, D. M. . Judijatnto, L. , A. F. , N. S. W. F. ,. (2024). Pengkajian Dalam Keperawatan, . *Pt Sonopedia Publishing Indonesia.*
- Wahyuliati, T., Novita, R. V. T., & Supardi, S. (2024). Efektivitas Pelatihan 3s (Sdki, Slki, Siki) Pada Perawat Pelaksana Terhadap Kesesuaian Pendokumentasian Asuhan Keperawatan Di Rs X Jakarta Dan Bogor. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (Jppni)*, 9(2), 91. <https://doi.org/10.32419/Jppni.V9i2.579>
- Zefrianto, D., Sari, S. A., Inayati, A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2024). Implementation Of Benson's Relaxation To The Post Surgery Post Fracture Patients In The Special Surgery Room General Hospital Ahmad Yani Metro City In 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(2).